

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Pada era modern seperti sekarang ini semua berubah semakin cepat dan instan. Hal itu mempunyai dampak pada pola makan kita yang lebih memilih makanan cepat saji, karena dianggap lebih instan dan dapat ditemukan dimana saja. Pola makan seperti itu yang dapat memacu timbulnya obesitas atau kelebihan berat badan. Obesitas dapat menimbulkan banyak penyakit antara lain stroke, jantung, kanker, diabetes dan masih banyak penyakit lainnya. Hasil survei riset kesehatan dasar (riskesdas) kementerian kesehatan RI, pada tahun 2010 disebutkan sekitar 21,7 persen penduduk Indonesia berusia diatas 18 tahun mengalami berat badan berlebih dan obesitas. Permasalahan obesitas sangat dominan pada kelompok penduduk yang tinggi diperkotaan, status ekonomi yang lebih baik, dan tinggi pendidikan tinggi. Angka yang semakin naik dari tahun ke tahun. Itu sebabnya banyak orang berusaha untuk tetap menjaga berat badan agar tetap ideal, dari cara yang aman hingga yang beresiko tinggi.

Teknologi kedokteran modern memang mampu mengubah seseorang menjadi tampak lebih muda, lebih cantik, dan lebih langsing dalam waktu yang relatif singkat. Walaupun mereka sadar bahwa cara ini mengandung risiko atau efek samping dan hanya dapat dilakukan pada bagian tubuh tertentu saja (Nesia,2010). Bagi mereka yang mempunyai banyak uang melakukan operasi sedot lemak tidak menjadi

masalah, cara yang lebih ekonomis yaitu dengan melakukan diet. Banyak sekali pilihan diet, mulai diet rendah kalori tinggi protein, diet golongan darah, *south beach diet*, dan masih banyak diet yang lainnya. Akan tetapi banyak orang yang masih mengalami kegagalan dalam menjalankan program diet. Jenis diet yang kurang cocok, menu makan yang belum benar, dan pola makan yang tidak teratur, itulah beberapa faktor yang dapat membuat program diet gagal.

Perangkat *mobile* sudah seperti kebutuhan pokok yang tidak bisa lepas dari kehidupan sehari-hari. Perangkat *mobile* sekarang ini tidak hanya digunakan untuk komunikasi saja. Dengan kehadiran telepon pintar (*Android, Iphone, BlackBerry*), pengguna perangkat *mobile* semakin dimanjakan dengan kegunaannya yang beragam (Sore,2013). Dengan perangkat *mobile* membantu kita dalam melakukan aktifitas sehari-hari.

Berdasarkan hal tersebut, penulis ingin membangun aplikasi rekomendasi diet berbasis *mobile* dengan *platform android*. Dengan dikembangkannya aplikasi ini diharapkan dapat membantu dalam memilih program diet yang tepat dan dapat membantu dalam penurunan berat badan.

1.2. Rumusan Masalah

Dari uraian latar belakang tersebut maka dapat dirumuskan masalah yaitu :

1. Bagaimana membangun aplikasi rekomendasi diet berbasis *mobile*?

2. Bagaimana membangun aplikasi yang dapat membantu dalam memandu menurunkan berat badan?

1.3. Batasan Masalah

Penelitian ini akan membatasi permasalahan pada aplikasi yang di buat sebagai berikut:

1. Aplikasi ini tidak dapat diterapkan pada bayi, anak, ibu hamil, olahragawan dan bagi semua pengguna yang sedang dalam perawatan khusus, menu diet yang di sarankan diperuntukkan bagi orang yang sehat(normal).
2. Jenis diet yang disarankan ada 3 yaitu *south beach diet*, diet golongan darah, dan diet rendah kalori tinggi protein.
3. Aplikasi yang dibangun ditujukan khusus untuk panduan menurunkan berat badan.

1.4. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai adalah

1. Membangun aplikasi rekomendasi diet berbasis *mobile*.
2. Membangun aplikasi rekomendasi diet yang dapat membantu memandu menurunkan berat badan.

1.5. Metodologi Penelitian

Metodologi yang akan digunakan untuk penelitian adalah sebagai berikut:

1. Metode Penelitian Kepustakaan

Metode studi pustaka yaitu dengan mencari dan mempelajari sumber referensi dan literatur yang berkaitan dengan menu diet makanan berdasarkan golongan darah, anjuran dan pantangan makanan, pengukuran berat badan ideal, pengukuran makanan (gram) dalam kalori serta bahan-bahan tentang menu makan.

2. Metode wawancara

Metode ini dilakukan dengan bertanya jawab secara langsung dengan narasumber dengan sejumlah pertanyaan yang telah dipersiapkan sebelumnya. Hal ini dimaksudkan untuk memperoleh data-data yang diperlukan dalam penelitian untuk pembangunan perangkat lunak.

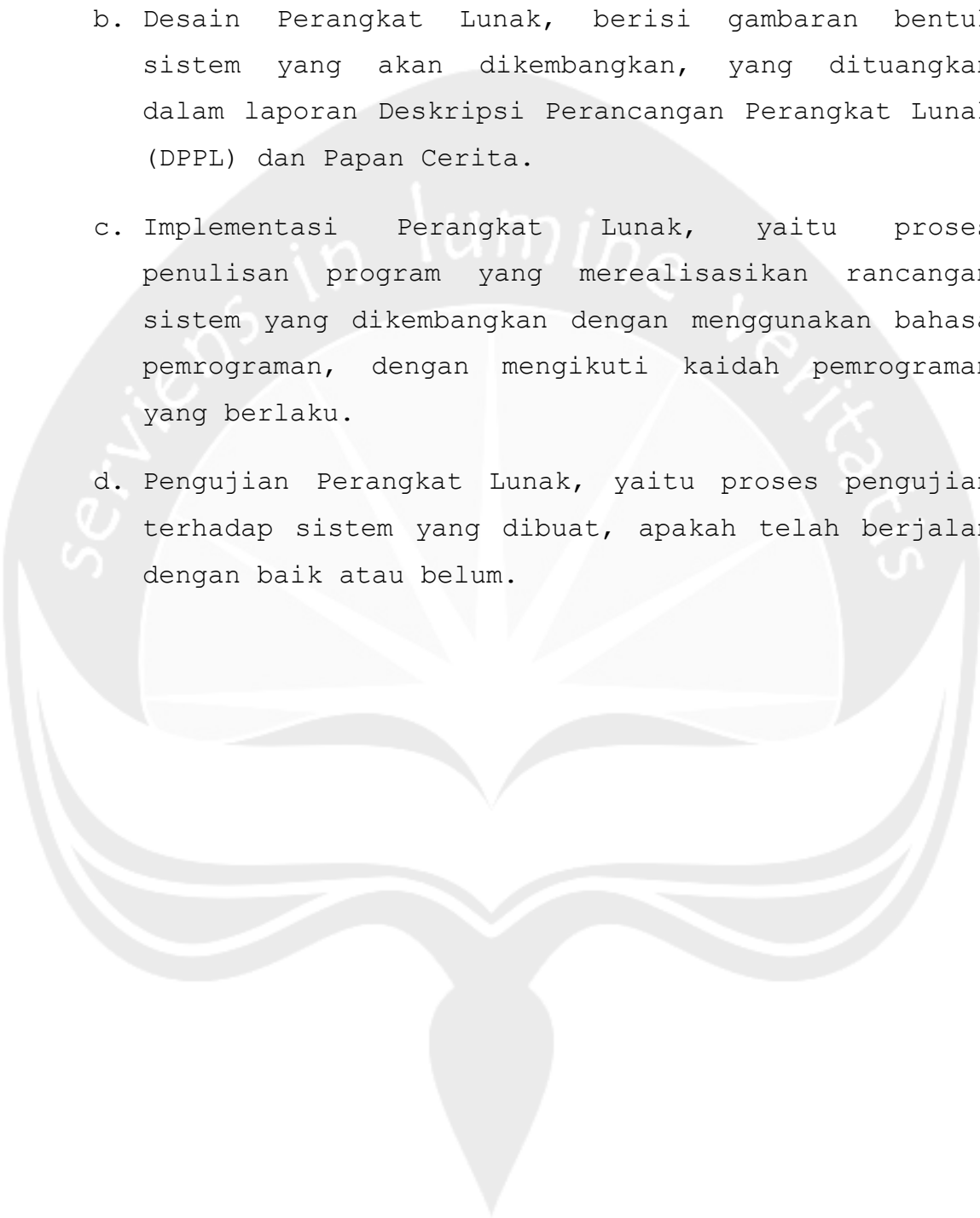
3. Metode Quisoner

Metode ini dilakukan dengan membagikan quisoner secara langsung dengan sejumlah pertanyaan yang telah dipersiapkan sebelumnya. Hal ini dimaksudkan untuk mengevaluasi aplikasi yang dibangun.

4. Metode Pembangunan Perangkat Lunak

Metode pembangunan perangkat lunak dilaksanakan dengan langkah-langkah sebagai berikut:

- a. Analisis Kebutuhan Perangkat Lunak, berisi informasi tentang sistem yang akan dikembangkan yang dituangkan dalam Laporan Spesifikasi Kebutuhan Perangkat Lunak (SKPL).

- 
- b. Desain Perangkat Lunak, berisi gambaran bentuk sistem yang akan dikembangkan, yang dituangkan dalam laporan Deskripsi Perancangan Perangkat Lunak (DPPL) dan Papan Cerita.
 - c. Implementasi Perangkat Lunak, yaitu proses penulisan program yang merealisasikan rancangan sistem yang dikembangkan dengan menggunakan bahasa pemrograman, dengan mengikuti kaidah pemrograman yang berlaku.
 - d. Pengujian Perangkat Lunak, yaitu proses pengujian terhadap sistem yang dibuat, apakah telah berjalan dengan baik atau belum.

1.6. Sistematika Penulisan

Penulisan laporan akhir ini akan dibagi menjadi lima bab, yaitu :

BAB I PENDAHULUAN

Bab ini berisi pendahuluan, latar belakang masalah, batasan masalah, maksud dan tujuan, serta sistematika penulisan laporan.

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

Pada bab ini akan menjelaskan mengenai tinjauan pustaka yang akan digunakan sebagai acuan atau pembandingan dengan program yang akan di buat.

BAB III LANDASAN TEORI

Bab ini membahas tentang uraian dasar teori yang akan digunakan penulis dalam melakukan perancangan dan pembuatan aplikasi meliputi referensi tentang makanan sehat

BAB IV ANALISIS DAN PERANCANGAN SISTEM

Pada bab ini akan dijelaskan mengenai analisis permasalahan yang ada, perancangan sistem yang akan dibuat.

BAB V IMPLEMENTASI DAN PENGUJIAN SISTEM

Bab ini memberikan gambaran mengenai cara mengimplementasikan dan penggunaan sistem, serta hasil pengujian yang dilakukan terhadap sistem.

BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN

Bab ini berisi kesimpulan-kesimpulan dari pembahasan tugas akhir secara keseluruhan dan saran untuk pengembangan lebih lanjut.

